

26.05.2025

Основная (1-3 года весна/лето)

д (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
завтрак			
0	Каша манная жидкая молочная	Калорийность-128, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-21	13-75
0	Кофейный напиток с молоком	Калорийность-70, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-11, Витамин С-1	7-49
0	Батон	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15	3-19
0	Масло порциями	Калорийность-33, Жиры-4	5-28
Итого за завтрак		Калорийность-302, Белки-6, Жиры-10, Углеводы-47, Витамин С-1	29-71
2 завтрак			
10	Напиток из плодов шиповника	Калорийность-41, Углеводы-9, Витамин С- 50	1-95
Итого за 2 завтрак		Калорийность-41, Углеводы-9, Витамин С- 50	1-95
обед			
75	Щи из свежей капусты с картофелем	Калорийность-59, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-6, Витамин С-13	6-09
25	Каша вязкая гречневая	Калорийность-122, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-17	6-40
10	Котлеты из говядины	Калорийность-119, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-6, Витамин С-1	43-51
50	Компот из изюма	Калорийность-86, Углеводы-21	3-01
10	Хлеб ржаной	Калорийность-84, Белки-2, Углеводы-18	2-43
Итого за обед		Калорийность-483, Белки-15, Жиры-15, Углеводы-68, Витамин С-14	62-96
Уплотненный полдник			
15	Суп молочный с макаронными изделиями	Калорийность-83, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-11, Витамин С-1	8-52
50	Чай с сахаром	Калорийность-42, Углеводы-10	0-59
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15	2-00
Итого за Уплотненный полдник		Калорийность-196, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-36, Витамин С-1	11-19
Итого за день		Калорийность-1 022, Белки-26, Жиры-28, Углеводы-160, Витамин С-66	105-81

р.д.и.л. Чаузова Кладовщик Герасимова Повар Караваева Нина
ующий Вероника Альфия Васильевна
аудитор Алексеевна Амировна

26.05.2025

Основная (3-7 сад весна/лето)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
завтрак			
200	Каша манная жидкая молочная	Калорийность-160, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-26	17-18
180	Кофейный напиток с молоком	Калорийность-84, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-13, Витамин С-1	8-99
30	Батон	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15	3-19
5	Масло порциями	Калорийность-33, Жиры-4	5-28
Итого за завтрак		Калорийность-348, Белки-8, Жиры-11, Углеводы-54, Витамин С-1	34-64
2 завтрак			
100	Напиток из плодов шиповника	Калорийность-41, Углеводы-9, Витамин С- 50	1-95
Итого за 2 завтрак		Калорийность-41, Углеводы-9, Витамин С- 50	1-95
обед			
195	Щи из свежей капусты с картофелем	Калорийность-66, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-7, Витамин С-14	6-79
9	Сметана	Калорийность-15, Жиры-1	1-72
150	Каша вязкая гречневая	Калорийность-146, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-21	7-68
75	Котлеты из говядины	Калорийность-149, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-8, Витамин С-1	54-38
180	Компот из изюма	Калорийность-103, Углеводы-25	3-61
50	Хлеб ржаной	Калорийность-105, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-22	3-04
Итого за обед		Калорийность-584, Белки-19, Жиры-20, Углеводы-83, Витамин С-15	77-22
Уплотненный полдник			
165	Суп молочный с макаронными изделиями	Калорийность-120, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-16, Витамин С-1	12-23
180	Чай с сахаром	Калорийность-50, Углеводы-13	0-71
50	Хлеб пшеничный	Калорийность-118, Белки-4, Углеводы-25	3-33
Итого за Уплотненный полдник		Калорийность-288, Белки-9, Жиры-4, Углеводы-54, Витамин С-1	16-35
Итого за день		Калорийность-1 261, Белки-36, Жиры-35, Углеводы-200, Витамин С-67	130-16

Ут.д.и.л. Чаузова Кладовщик Герасимова Повар Караваева Нина
ведующий Вероника Альфия Васильевна
калькулятор Алексеевна Амировна